

# ... ET PLUS

Dans le prolongement de la semaine Escale et dans la perspective de vous proposer dans les prochains mois des animations régulières, voici plusieurs ateliers d'octobre à décembre. Les inscriptions pour ces ateliers seront ouvertes début octobre et lors de la semaine ESCALE du 14 au 19 octobre à l'accueil du Centre d'Animation Sociale.

TOUS LES MOIS D'OCTOBRE À DÉCEMBRE :

> **Des ateliers d'initiation informatique**

Proposés par plusieurs partenaires dans plusieurs communes.

> **Des activités sportives et culturelles**

Proposées régulièrement par l'UFCV à la Ménittré et à Beaufort en Anjou.

EN OCTOBRE :

> **2 nouveaux rendez-vous de randonnée pédestre**

Jeudi 24 octobre et mardi 29 octobre

Avec l'association RVA de Beaufort en Anjou départ à 13h30 du local de l'association RVA (à côté du Forum)

EN NOVEMBRE :

> **Un Challenge seniors à La Ménittré**

Pour découvrir de nouvelles disciplines sportives dans le prolongement de celui de Mazé. Mardi 26 novembre de 9h30 à 16h à la salle des sports de la Ménittré

> **Un atelier code la route**

En lien avec les auto-écoles de Beaufort-en-Anjou

> **Un atelier « habiter autrement ensemble »**

Au Bois d'Anjou. Pour réfléchir à l'évolution de son habitat avec l'avancée en âge.

> **Une nouvelle séance de sophrologie**

Au Musée Joseph-Denais à Beaufort-en-Anjou

> **Un après-midi spectacle et dansant**

À La Ménittré

EN DÉCEMBRE :

> Un atelier de formation aux premiers secours avec les pompiers de Beaufort-en-Anjou.



## ... INFORMATION...

### INSCRIPTIONS À LA SEMAINE ESCALE :

TOUS LES JOURS, À PARTIR DU 23 SEPTEMBRE 2019

- Au centre d'animation sociale de l'Entente-Vallée, 2 rue de Lorraine - Beaufort-en-Anjou - Tel : 02 41 45 60 89 - E.mail : centre.animation.sociale@beaufortenanjou.fr  
Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30, sauf le mercredi après-midi.

- À l'accueil des mairies de l'Entente-Vallée : Beaufort-en-Anjou, La Ménittré, Les Bois d'Anjou et Mazé-Milon.

### INSCRIPTIONS ET PRÉSENTATION DES ACTIVITÉS ESCALE ET PLUS

VEZ DÉCOUVRIR PLUS D'ACTIVITÉS DE NOVEMBRE 2019 À AOÛT 2020 ET VOUS INSCRIRE DANS LES ATELIERS.

Mercredis 2 et 9 octobre, de 9h à 12h dans les halles de Beaufort-en-Anjou.  
Mardi 4 octobre, de 9h à 12h à la Mairie de Mazé-Milon.

### TRANSPORT :

VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER À UN ATELIER MAIS N'AVEZ PAS DE SOLUTION DE TRANSPORT ? OPTEZ POUR UNE DE CES DEUX OPTIONS :

- 1-Le réseau des chauffeurs solidaires : gérés par le Centre d'animation sociale, des chauffeurs déployés sur le territoire vous conduiront. Renseignez-vous au. Inscription obligatoire quelques jours avant.
- 2-Le mini-bus de la semaine Escale : le centre d'animation sociale organisera un transport en minibus durant les 5 jours. Informations et réservations au 02 41 45 60 89.



## Les partenaires

Initiée par la ville de Beaufort-en-Anjou depuis 2017, la semaine ESCALE est co-organisée en 2019 par le Centre d'animation sociale de l'Entente-Vallée, les quatre communes de l'Entente-Vallée et tous les partenaires associatifs, publics et privés qui animent les ateliers. Cette action est subventionnée depuis 2017 par le Département de Maine-et-Loire dans le cadre de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des seniors.



Renseignements : Centre d'animation sociale de l'Entente-Vallée  
2, rue de Lorraine - Beaufort-en-Vallée - 49250 Beaufort-en-Anjou  
Tél. 02 41 45 60 89 - Mail : centre.animation.sociale@beaufortenanjou.fr

© Ville de Beaufort-en-Anjou

3<sup>e</sup> édition 2019

# LA SEMAINE ESCALE

du 14 au 19 octobre

Beaufort-en-Anjou s'anime le temps  
d'une semaine pour les plus de 60 ans

[www.beaufortenanjou.fr](http://www.beaufortenanjou.fr)



ZOOM SUR LE NUMÉRIQUE  
DICTÉE - LECTURE  
CODE DE LA ROUTE  
CHALLENGE SENIORS  
CINÉMA-THÉÂTRE  
SPORT-DÉTENTE ET ATELIERS D'ARTS



# LA SEMAINE ESCALE...

Programme de la 3<sup>ème</sup> édition 2019



## Une nouvelle ESCALE pour l'édition 2019

Dans toutes les communes de l'Entente-Vallée.

Une ESCALE du 14 au 19 octobre est proposée cette année aux seniors (et aux autres...) aux 4 coins du territoire : Beaufort-en-Anjou, La Ménittré, Les Bois d'Anjou et Mazé-Milon. En partenariat avec les communes, la nouvelle équipe du Centre d'animation sociale de l'Entente vous attend pour les inscriptions et la préparation de tous les moments conviviaux.

Retrouvez plus loin tout le programme de la semaine et les informations pratiques.

**ET PLUS** d'activités toute l'année.

**ESCALE s'agrandit... et va durer PLUS longtemps : jusqu'en août 2020.**

Après une semaine d'activités intenses du 14 au 19 octobre, de nouvelles ESCALES seront proposées tout au long de l'année : randonnées, ateliers numériques, ateliers premiers secours, séance de révision du code de la route, sophrologie au musée et rendez-vous conviviaux, Retrouvez l'ensemble des activités proposées sur le volet « ET PLUS »

## Programme de la Semaine ESCALE du 14 au 19 octobre

Faites ESCALE du 14 au 19 octobre pour une semaine de découvertes et de rencontres intergénérationnelles. Venez faire le plein d'énergie et de convivialité. Tous les ateliers sont gratuits, exceptés la séance de cinéma au prix fixe de 4 € et la participation au repas pendant le Challenge Seniors à Mazé-Milon.

### LUNDI 14 OCTOBRE

#### > Initiation au Qi Gong de 10h30 à 12h

A découvrir dans le cadre des Échanges de savoir du Centre d'animation sociale  
Salle des fêtes - Saint-Georges-du-Bois  
Les Bois d'Anjou (20 places)

#### > Tournoi de belote de 14h à 18h

Venez partager un moment convivial  
Logis de la Demi-Lune - 1, place de la Demi-Lune  
Beaufort-en-Anjou (30 places)

#### > Sophrologie au musée de 16h à 18h

Laissez-vous guider dans le musée, dans l'harmonie et la relaxation  
Musée Joseph-Denaïs - Place Notre-Dame  
Beaufort-en-Anjou (15 places)

### MARDI 15 OCTOBRE

#### > Aquarelax, gym douce dans l'eau de 9h à 10h

Piscine Pharéo - Au complexe sportif  
Rue des Esquisseaux  
Beaufort-en-Anjou (10 places)

#### > Révision du code de la route de 9h à 11h

À l'auto-école Takarouler - 19, rue de l'Hôtel de ville - Beaufort-en-Anjou (20 places)

#### > QUIZZ Brevet des collèges inter-âges de 10h à 12h

Brevet, BEPC, Certificat d'étude... qui a la bonne réponse ?  
Maison familiale et rurale de Gée - La Paingaudière - Beaufort-en-Anjou (20 places)

#### > Balade littéraire de 15h à 17h

Venez écouter les di'riseurs le temps d'une œuvre littéraire  
Bibliothèque - Place de la république  
Beaufort-en-Anjou

#### > Randonnée pédestre de 14h à 16h30

2 Boucles de 8 et 11 km par les Randonneurs du Val d'Authion.  
Départ Le relais de Brion - Brion  
Les Bois d'Anjou

### MERCREDI 16 OCTOBRE

#### > QUIZZ musical à l'accordéon de 15h à 16h30

Organisé par le CLIC  
Salle de la Chapelle - Mazé-Milon (30 places)

#### > Atelier cuisine TEA-TIME de 14h à 17h

Confection et dégustation de scones  
Thé et dégustation en anglais !  
Par l'association UFCV seniors  
Espace de la Vallée - 1, rue Jeanne de Laval  
La Ménittré (12 places)

#### > Cinéma « La Grand-Messe » (2019) de 17h30 à 19h

Un regard drôle, attendrissant et poignant sur les passionnés de la Grande Boucle.  
Par l'association Grand Ecran  
Prix fixe de 4€ pour tous  
Cinéma-théâtre - Place Notre-Dame  
Beaufort-en-Anjou (144 places)

### JEUDI 17 OCTOBRE

#### > Challenge seniors de 9h à 17h

Une journée conviviale d'ateliers ludiques : sport, mémoire, nutrition.  
Repas prévu sur place (6€ à l'inscription).  
Organisé par l'association Profession Sports et Loisirs et la Ville de Mazé-Milon  
Salle François Cévert - Mazé-Milon (70 places)

#### > Atelier théâtre de 9h30 à 11h30

Travailler sa mémoire en s'amusant par l'Association Scènes de théâtre.  
Salle des Tisserands - Rue des Tisserands  
Beaufort-en-Anjou (14 places)

#### > Code de la route ludique de 10h à 12h

Redécouvrir le code de la route en binôme « junior-senior »  
Animé par l'auto-école LABEL  
Maison familiale et rurale de Gée  
La Paingaudière - Beaufort-en-Anjou

#### > Randonnée vélo de 14h à 17h

2 boucles de 15 ou 25 km  
Vélos, VTC et électriques.  
Organisé par les randonneurs du Val d'Authion.  
Parking du forum - 2, rue de Lorraine  
Beaufort-en-Anjou (pas de limite)

#### > Découverte d'un habitat seniors solidaire de 15h à 17h

Découverte d'Habitâge, un projet innovant  
Maison Habitâge - 3, chemin des Acacias  
Fontaine-Guérin Les Bois d'Anjou (15 places)

#### > La culture numérique expliquée aux seniors (mais pas que...) à 18h

Par Bruno Mérault, médiateur numérique  
Suivi d'un apéritif participatif (amenez et partagez)  
Organisé par le Bibliopôle de Maine-et-Loire  
Bibliothèque - Place de la république  
Beaufort-en-Anjou (100 places)

### VENDREDI 18 OCTOBRE

#### > Dictée de « Pivot » de 9h à 10h30

En équipes junior-senior avec des collégien(ne)s de 3<sup>e</sup>  
RDV devant le Collège Molière  
3, rue de la Tannerie  
Beaufort-en-Anjou (20 places)

#### > Initiation informatique de 10h à 12h

Présentation des ateliers informatiques « ESCALE ET PLUS » par Pascale Barbot (Au fil de la souris)  
Espace social - 2 rue de Lorraine  
Beaufort-en-Anjou (15 places)

#### > Blue Ball, fitness doux avec des ballons de 9h à 10h

Piscine Pharéo - Au complexe sportif  
Rue des Esquisseaux  
Beaufort-en-Anjou (6 places)

#### > Atelier sculpture sur papier malaxé de 14h à 17h

Une activité artistique à la portée de tous animée par Albert Perrot, de l'Atelier du Rempart  
Atelier du Rempart - Place de l'Usine à gaz  
Beaufort-en-Anjou (10 places)

#### > Apéro-lecture de 18h à 19h30

Par les bénévoles de LireLoire  
Espace culturel - Place du Colonel Léon Faye  
La Ménittré (35 places)

#### > Découverte scrabble duplicate de 20h à 22h

Par l'Association Scrabblenoire  
Espace culturel - Place du Colonel Léon Faye  
La Ménittré (20 places)

### SAMEDI 19 OCTOBRE

#### > Conférence « Beaufort et sa Vallée, entre Loire et Authion » à 15h

Un voyage entre anecdotes, temps forts et légendes, par Jean-Marie Schio  
Cinéma-théâtre, Place Notre-Dame  
Beaufort-en-Anjou (144 places)

